

# RESILIÊNCIA NA ADOLESCÊNCIA: GÊNERO E A IDADE FAZEM A DIFERENÇA?

**Celeste Simões**

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social  
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

**Anabela Caetano Santos**

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social  
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)  
ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa, CIS-IUL

**Lúcia Canha**

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social  
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

**Margarida Gaspar de Matos**

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social  
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

**Resumo:** O objetivo deste estudo foi analisar a relação entre um conjunto de recursos associados à resiliência num grupo de adolescentes portugueses, bem como entre estes recursos e o género e a idade. Participaram neste estudo 5695 alunos dos 8º, 10º e 12º anos de escolaridade, participantes do estudo HBSC 2018, com uma média de idades de 15,46 anos ( $DP=1,80$ ), 53,9% do género feminino, que responderam a uma escala de recursos internos de resiliência. Os vários recursos associados à resiliência apresentam correlações moderadas a fortes entre si. Para todos os recursos, os valores obtidos encontram-se em níveis médios-altos. As meninas apresentam valores significativamente mais elevados na empatia, resolução de problemas e objetivos e aspirações, enquanto que os rapazes apresentam valores mais elevados na autoeficácia. Os adolescentes mais velhos, comparativamente com os mais novos, apresentam valores mais elevados de empatia e objetivos e aspirações. Os resultados obtidos salientam o efeito cumulativo da proteção e a importância de fatores como o género e a idade na compreensão da resiliência na adolescência. Os adolescentes portugueses apresentam, de um modo geral, bons níveis de recursos internos associados à resiliência. É, no entanto, importante desenvolver programas promotores de resiliência tendo em atenção que os recursos associados à resiliência se adquirem e agregam ao longo da vida e que grupos mais vulneráveis e expostos a mais adversidades terão mais dificuldade em acionar este mesmo processo.

**Palavras-chave:** Fatores associados à resiliência, Género, Idade.

**Abstract:** The goal of this study was to analyze the relationship between a group resilience associated resources in a group of Portuguese adolescents as well as with gender and age. A total of 5695 adolescents attending the 8th, 10th and 12th grades enrolled in the HBSC 2018 study, with a mean age of 15,46 years old ( $SD = 1,80$ ), 53,9% female, who responded to a resilience scale of internal resources. The various features associated with resilience have moderate to strong correlations with each other. For all resources, the values obtained are at medium-high levels. Girls have significantly higher values in empathy, problem solving, and goals and aspirations, while boys have higher self-efficacy values. Older adolescents, compared to younger ones, have higher values of empathy and goals and aspirations. The results obtained highlight the cumulative effect of protection and the importance of factors such as gender and age in understanding adolescence resilience. Portuguese adolescents have, in general, good levels of internal resources associated with resilience. It is, however, important to develop resilience-promoting programs, bearing in mind that resources associated with resilience are acquired and aggregated over a lifetime, and that more vulnerable groups exposed to more adversity will find it more difficult to trigger this process.

**Keywords:** Resilience associated factors, Gender, Age.

## Introdução

A resiliência traduz-se numa capacidade que possibilita aos mais variados sistemas adaptarem-se com sucesso face a desafios significativos que ameaçam o seu funcionamento ou desenvolvimento (Masten, 2018). Na adolescência são vários os fatores que poderão colocar em risco o desenvolvimento positivo e saudável, desde acontecimentos de vida negativos a desafios característicos desta etapa de vida. Para que esta capacidade seja colocada em jogo e o processo seja bem-sucedido é necessária a presença de fatores de proteção, nomeadamente recursos externos e recursos internos.

De acordo com Masten e Tellegen (2012), os fatores de proteção estão relacionados com o desenvolvimento de competências. A investigação tem mostrado que se estes fatores estiverem presentes a um nível razoável, mesmo em contextos de riscos crónicos e severos, as consequências são geralmente boas (Masten & Tellegen, 2012). Este mesmo aspeto foi verificado também no estudo de Simões, et al. (2015), no qual competências como a empatia e a resolução de problemas, em níveis médios, se revelaram como moderadores do impacto negativo de acontecimentos de vida negativos no bem-estar, numa amostra de adolescentes com necessidades especiais. No entanto, como referem Hobfoll, et al. (2015), os recursos associados à resiliência são adquiridos ao longo da vida e tendem a agregar-se, tal como é verificado pelas elevadas correlações entre os fatores associados à resiliência.

Este estudo tem como objetivo analisar a relação entre um conjunto de recursos associados à resiliência num grupo de adolescentes portugueses, bem como entre estes recursos e o gênero e a idade, dada a relevância que estas duas variáveis têm em múltiplos aspetos relacionados com a saúde e o bem-estar na adolescência (Matos, & Equipa Aventura Social, 2018).

## Método

Este trabalho está integrado no Health Behaviour in School aged Children (HBSC) (Inchley et al., 2016; Matos & Equipa Aventura Social, 2018), que é um inquérito realizado de 4 em 4 anos em 48 países, em

colaboração com a Organização Mundial de Saúde, seguindo um protocolo internacional (Roberts et al., 2009). Pretende estudar os comportamentos dos adolescentes nos seus contextos de vida e a sua influência na sua saúde e bem-estar. São apresentadas questões relacionadas com aspetos demográficos, família, escola, amigos, saúde, bem-estar, sexualidade, alimentação, lazer, sono, sedentarismo, atividade física, consumo de substâncias, uso de medicamentos, violência, uso de tecnologias, migrações e participação social. Portugal está incluído desde 1998 ([www.aventurasocial.com](http://www.aventurasocial.com)). O estudo HBSC 2018 em Portugal teve a aprovação de Comissão de Ética e da Monitorização de Inquéritos em Meio Escolar (MIME). Os agrupamentos escolares aceitaram participar e foi obtido consentimento informado dos pais ou tutores legais. As respostas ao inquérito (online) foram voluntárias e anónimas.

## Participantes

O estudo HBSC incluiu 8215 alunos, de 42 agrupamentos e 476 turmas aleatoriamente selecionados, com uma média de idades de 14,36 anos ( $DP=2,28$ ), 52,7% do género feminino, das 5 regiões educativas de Portugal Continental, sendo os resultados representativos para os alunos do 6º, 8º, 10º anos.

Neste trabalho específico foram incluídos 5695 alunos dos 8º (48,6%), 10º (30,0%) e 12º (21,4%) anos de escolaridade de todo o continente português, que apresentavam uma média de idades de 15,46 anos ( $DP=1,80$ ), 53,9% do género feminino.

## Medidas e variáveis

Para concretizar os objetivos estabelecidos para este estudo utilizou-se a escala de recursos internos do *Healthy Kids Resilience Assessment Module (HKRAM) adaptada à população portuguesa por Martins (2005)*. Esta escala apresenta seis subescalas (Empatia, Consciência de si, Resolução de Problemas, Autoeficácia, Comunicação e Cooperação, e Objetivos e Aspirações), apresentando um total de 18 itens (3 itens para cada subescala) a serem respondidos numa escala de *Likert de 5 pontos (1-Nunca; 5-Sempre)*.

## Análise de dados

Os dados foram analisados usando o SPSS versão 24 para Windows. Para analisar a relação entre os vários fatores que compõem a escala de recursos internos associados à resiliência conduziu-se uma correlação bivariada de *Pearson*. A análise da relação entre os vários recursos associados à resiliência, o gênero e a idade foi realizada através de um conjunto de análises de variância com dois fatores (gênero e grupo etário). Para a obtenção de cada um dos recursos associados à resiliência foram somados os itens correspondentes a cada um destes fatores, tendo esta operação sido precedida de uma análise da consistência interna dos fatores. Os valores do alfa de Cronbach variaram entre ,72 (Comunicação e Cooperação) e ,89 (Resolução de Problemas e Consciência de si). Os dois grupos etários (mais novos,  $M=13,8\pm0,5$ ; mais velhos,  $M=16,8\pm1,3$ ) foram obtidos através do procedimento visual binning (1 ponto de corte, dois grupos iguais).

## Resultados

A análise das correlações entre os vários recursos associados à resiliência revela que todos eles apresentam correlações positivas ( $p<0,001$ ) e significativas entre si (ver Tabela 1). A correlação mais forte verificou-se entre a Consciência de si e os Objetivos e Aspirações futuras ( $r=0,71$ ). Destacam-se também neste campo as correlações entre a Empatia e a Comunicação e Cooperação ( $r=0,65$ ), entre a Consciência de si e a Autoeficácia, a Consciência de si e a Comunicação e Cooperação, a Autoeficácia e a Resolução de Problemas ( $r=0,64$  para as três correlações), e a Autoeficácia e a Comunicação e Cooperação ( $r=0,62$ ). Os recursos que apresentaram a correlação menos forte entre si foram a Resolução de Problemas e Objetivos e Aspirações futuras ( $r=0,42$ ).

**Tabela 1 - Correlações entre os vários fatores associados à resiliência**

	Empatia	Consciência de si	Resolução de Problemas	Autoeficácia	Comunicação e Cooperação	Objetivos e Aspirações
Empatia	1					
Consciência de si	,48***	1				
Resolução de Problemas	,55***	,52***	1			
Autoeficácia	,49***	,64***	,64***	1		
Comunicação e Cooperação	,65***	,64***	,57***	,62***	1	
Objetivos e Aspirações	,50***	,71***	,42***	,48***	,57***	1

\*\*\*  $p=.000$ 

A análise da relação entre os recursos associados à resiliência, o género e a idade revelou um conjunto de efeitos significativos do género e do grupo etário bem como algumas interações significativas entre estes dois fatores. A tabela 2 apresenta as médias e desvio padrão para cada um dos grupos em estudo.

**Tabela 2 - Médias e desvio padrão dos recursos associados à resiliência por género e grupo etário**

Fator	Género/Grupo etário	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo	N
Empatia	Masculino	11,02	2,88	3	15	1982
	Feminino	11,97	2,36	3	15	2454
	Mais novos	11,42	2,84	3	15	1857
	Mais velhos	11,64	2,49	3	15	2579
Consciência de si	Masculino	12,06	2,94	3	15	1973
	Feminino	11,95	2,63	3	15	2443
	Mais novos	11,98	2,93	3	15	1854
	Mais velhos	12,00	2,65	3	15	2562

Fator	Gênero/Grupo etário	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo	N
Resolução de Problemas	Masculino	10,74	3,38	3	15	1983
	Feminino	11,18	3,06	3	15	2436
	Mais novos	11,07	3,37	3	15	1853
	Mais velhos	10,93	3,10	3	15	2566
Autoeficácia	Masculino	11,28	2,87	3	15	1870
	Feminino	10,93	2,46	3	15	2356
	Mais novos	11,06	2,89	3	15	1746
	Mais velhos	11,11	2,48	3	15	2480
Comunicação e Cooperação	Masculino	11,60	2,64	3	15	1977
	Feminino	11,72	2,29	3	15	2441
	Mais novos	11,65	2,64	3	15	1848
	Mais velhos	11,68	2,30	3	15	2570
Objetivos e Aspirações	Masculino	12,27	2,95	3	15	1961
	Feminino	12,81	2,48	3	15	2440
	Mais novos	12,27	2,95	3	15	1846
	Mais velhos	12,79	2,50	3	15	2555

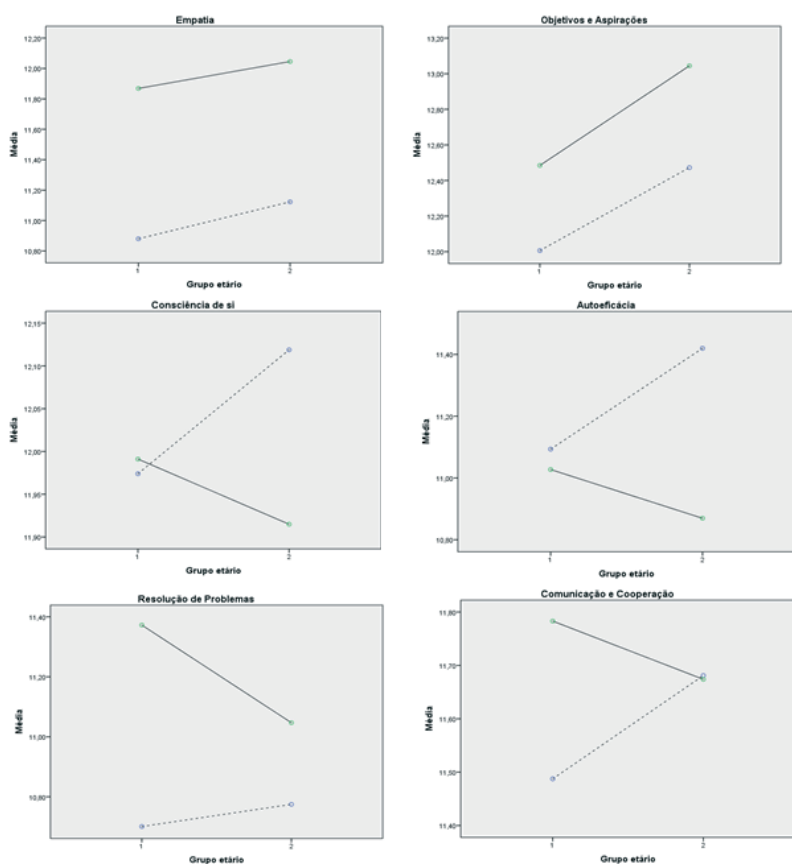
No que diz respeito à Empatia verificou-se um efeito significativo do gênero,  $F(1, 4435) = 114,07$ ,  $p < 0,001$ , e do grupo etário,  $F(1, 4435) = 6,95$ ,  $p = 0,008$ , sendo este no entanto pequeno em ambos os casos ( $\eta^2 = 0,03$ , para o gênero e  $\eta^2 = 0,00$  para o grupo etário). Tal como é possível verificar na tabela 2, as médias obtidas no fator Empatia para os rapazes são inferiores às das meninas, bem como as médias dos adolescentes mais novos comparativamente com os adolescentes mais velhos. A interação entre o gênero e o grupo etário não se revelou significativa para este fator,  $F(1, 4435) = 0,17$ ,  $p = 0,680$ .

Em relação ao recurso Consciência de si, os efeitos do gênero,  $F(1, 4415) = 1,21$ ,  $p = 0,271$ , e do grupo etário,  $F(1, 4415) = 0,16$ ,  $p = 0,686$ , não se revelaram significativos, bem como a interação entre estas variáveis,  $F(1, 4415) = 1,69$ ,  $p = 0,193$ .

Para o fator Resolução de Problemas verificou-se apenas um efeito significativo, mas pequeno, do gênero,  $F(1, 4418) = 23,05$ ,  $p < 0,001$ ,

$\eta^2=0,01$ . A análise das médias apresentadas na tabela 2 permite verificar que as meninas apresentam valores mais elevados de Resolução de Problemas comparativamente com os rapazes. O efeito do grupo etário não se revelou significativo,  $F(1, 4418) = 1,64, p=0,200$ . A interação entre o género e o grupo etário também se revelou significativa,  $F(1, 4418) = 4,13, p=0,042, \eta^2=0,00$ . Neste caso foi possível verificar (ver Figura 1 – Gráfico Resolução de Problemas) que a diferença entre rapazes e meninas na Resolução de Problemas é maior entre os adolescentes mais novos, verificando-se uma diminuição desta diferença nos adolescentes mais velhos mediante uma diminuição expressiva da média nas meninas mais velhas e um pequeno aumento da média nos rapazes mais velhos.

**Figura 1** - Gráfico Resolução de Problemas entre os fatores associados à resiliência, o género e o grupo etário





A Autoeficácia, tal como a Resolução de Problemas, apresentou um efeito significativo do gênero,  $F(1, 4225) = 13,69, p < 0,001, \eta^2 = 0,03$ , um efeito não significativo do grupo etário,  $F(1, 4225) = 1,03, p = 0,311$ , e uma interação significativa entre o gênero e o grupo etário,  $F(1, 4418) = 4,13, p = 0,004, \eta^2 = 0,00$ . Relativamente ao efeito do gênero, a análise das médias apresentadas na tabela 2 permite verificar que os rapazes apresentam níveis mais elevados de Autoeficácia comparativamente com as meninas. No que diz respeito à interação entre o gênero e o grupo etário, a análise da Figura 1 (Gráfico Autoeficácia) mostra um padrão oposto ao da Resolução de Problemas, no qual os adolescentes mais novos, de ambos os gêneros, apresentam valores de Autoeficácia muito similares que por sua vez se tornam significativamente diferentes nos adolescentes mais velhos, neste caso através de uma subida significativa da média deste recurso nos rapazes e uma descida da média nas meninas.

Para a Comunicação e Cooperação, os efeitos do gênero,  $F(1, 4417) = 3,69, p = 0,055$ , e do grupo etário,  $F(1, 4417) = 0,32, p = 0,574$ , não se revelaram significativos. A análise de variância mostrou, no entanto, uma interação significativa entre o gênero e o grupo etário,  $F(1, 4417) = 4,06, p = 0,044, \eta^2 = 0,00$ . O padrão da interação obtida para este recurso é similar ao obtido na Resolução de Problemas, embora apresente uma maior simetria entre a diminuição da média nas meninas mais velhas e o aumento da mesma nos rapazes mais velhos (no entanto, ambas não significativas).

Finalmente para os Objetivos e Aspirações futuras verificou-se um padrão similar ao obtido para a Empatia, obtendo-se efeitos significativos do gênero,  $F(1, 4400) = 40,53, p < 0,001$ , e do grupo etário,  $F(1, 4400) = 38,66, p < 0,001$ , (mas pequenos em ambos os casos,  $\eta^2 = 0,01$ ). Tal como é possível verificar na tabela 2, as médias obtidas para os Objetivos e Aspirações são mais elevadas para as meninas e para os adolescentes mais velhos. A interação entre o gênero e a idade não se revelou significativa para este recurso,  $F(1, 4400) = 0,32, p = 0,571$ .

## Discussão

Os resultados obtidos neste estudo revelam uma correlação moderada a forte entre todos os recursos associados à resiliência estuda-

dos, tal como mencionado por Hobfoll et al. (2015), salientando o efeito cumulativo da proteção. Interessante notar neste campo a relação entre o autoconhecimento e um conjunto de outros recursos como os objetivos e aspirações futuras, a comunicação e cooperação, a autoeficácia, ou ainda desta última com a resolução de problemas.

Como foi possível verificar pelas médias obtidas, todos os grupos em estudo apresentam valores médios-altos dos recursos estudados, o que se apresenta como um resultado positivo tendo em atenção a investigação nesta área (Masten & Tellegen, 2015; Simões et al., 2015). Verificaram-se, no entanto, diferenças entre rapazes (valores mais elevados na autoeficácia) e meninas (valores mais elevados na empatia, resolução de problemas e nos objetivos e aspirações), e entre adolescentes mais novos e mais velhos na empatia e nos objetivos e aspirações (valores mais elevados nos adolescentes mais velhos). A análise das interações entre género e grupo etário permitiu encontrar 3 diferentes padrões: 1) diferenças entre ambos os géneros (meninas com médias mais elevadas) que se mantêm ao longo da adolescência (verificado na empatia e nos objetivos e aspirações), mas com aumento para ambos os géneros (significativo nos objetivos e aspirações); 2) valores similares nos adolescentes mais novos (verificado na consciência de si e na autoeficácia) divergindo ao longo da adolescência (através de um aumento dos valores nos rapazes, significativo no caso da autoeficácia, e diminuição nas meninas); 3) valores divergentes nos adolescentes mais novos (verificado no caso da resolução de problemas e comunicação e cooperação) convergindo ao longo da adolescência (através de um aumento dos valores nos rapazes e diminuição significativa nas meninas no caso da resolução de problemas).

As análises realizadas permitiram ainda verificar que, apesar das meninas apresentarem médias mais elevadas em quatro dos seis recursos estudados (significativas nos três fatores mencionados acima), há uma tendência para uma diminuição ao longo da adolescência em quatro dos seis recursos (significativa na resolução de problemas). Tendo em atenção que os recursos associados à resiliência se vão adquirindo ao longo da vida (Hobfoll et al., 2015), este poderá ser um resultado a ter em conta em estudos futuros e no planeamento de intervenções que contemplem as necessidades específicas dos adolescentes.

O estudo HBSC tem algumas limitações relacionadas com ser de autoreporte e ter um desenho transversal. Tem, no entanto, a vantagem de ser um estudo em larga escala, com uma metodologia rigorosa que permite comparar resultados em cada série e posteriormente e nos vários países incluídos.

## Conclusões

A compreensão do processo de resiliência em ambos os gêneros, bem como da sua expressão longo da adolescência, é extremamente importante para o desenvolvimento de boas práticas no campo da promoção do bem-estar e da saúde mental (Hirani, Lasiuk, & Hegadoren, 2016). Os resultados mostram que, de um modo geral, os adolescentes portugueses apresentam competências de resiliência com potencial para os ajudar a fazer face aos desafios inerentes a esta etapa. É, no entanto, necessário ter em atenção que grupos mais vulneráveis, expostos a múltiplos riscos, poderão ter mais dificuldades em cumprir as expectativas normativas pelo que o desenvolvimento e implementação de programas universais de resiliência em contexto escolar constituirão uma mais valia para todos os adolescentes e em particular para aqueles para quem a resiliência é uma necessidade premente.

**Agradecimento:** Anabela Santos é apoiada pela Bolsa FCT (SFRH/BD/126304/2016). Lúcia Canha é apoiada pela Bolsa FCT (SFRH/BPD/117639/2016).

## Referências

- Hirani, S., Lasiuk, G., & Hegadoren, K. (2016). The intersection of gender and resilience. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 23(6-7), 455-467. doi: 10.1111/jpm.12313
- Hobfoll, S. E., Stevens, N. R., & Zalta, A. K. (2015). Expanding the Science of Resilience: Conserving Resources in the Aid of Adaptation. *Psychological Inquiry*, 26(2), 174-180. doi: 10.1080/1047840x.2015.1002377
- Inchley, J., Currie, D., Young, T., Samdal, O., Torsheim, T., Augustson, L., . . . Barnekow, V. (2016). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2013/2014 survey*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
- Martins, M. H. (2005). *Contribuições para a análise de crianças e jovens em risco/resiliên-*

- cia e desenvolvimento*. Tese de Doutoramento, Universidade do Algarve.
- Masten, A. S. (2018). Resilience Theory and Research on Children and Families: Past, Present, and Promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12-31. doi: 10.1111/jftr.12255.
- Masten, A.S., & Tellegen, A. (2012). Resilience in developmental psychopathology: contributions of the Project Competence Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 24(2), 345-361. doi: 10.1017/s095457941200003x.
- Matos, M.G., & Equipa Aventura Social. (2018). *A saúde dos adolescentes após a recessão - Dados nacionais do estudo HBSC de 2018*. Lisboa: Equipa Aventura Social. Faculdade de Motricidade Humana/Universidade de Lisboa.
- Roberts, C., Freeman, J., Samdal, O., Schnohr, C.W., de Looze, M.E., Nic Gabhainn, S.,... International, H.S.G. (2009). The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: methodological developments and current tensions. *Int J Public Health*, 54 Suppl 2, 140-150. doi: 10.1007/s00038-009-5405-9.
- Simões, C., Matos, M.G., & Morgan, A. (2015). Facing the Adversity: the Role of Internal Assets on Well-Being in Adolescents with Special Needs. *The Spanish Journal of Psychology*, 18, E56 (14 pages). doi: doi:10.1017/sjp.2015.41.